

BEBERAPA INSTRUMEN DAN TAKTIK UNTUK MENGUKUR HARGA DIRI (PART 6)

Assoc. Prof. Dr. Azizi Hj Yahaya

Berikut adalah contoh instrumen yang digunakan untuk mengukur harga diri yang menggunakan rangsangan kata sifat.

KUIZ-KENDIRI: MENILAI HARGA DIRI ANDA

Arahan: Baca setiap kenyataan di bawah. Tuliskan 'B' (BETUL) dalam ruang yang disediakan jika kenyataan tersebut betul pada pendapat anda. Tinggalkan ruang kosong jika tidak betul. Jujurlah dengan maklumbalas anda.

1. Saya sayang diri saya
2. Saya adalah seorang yang optimistik
3. Saya boleh membayangkan bahawa saya dapat
melakukan tugas dengan baik.
4. Saya bertanggungjawab terhadap kerja saya.
5. Saya menganggap masalah sebagai cabaran.
6. Saya seorang yang tenang.
7. Saya boleh mengakui kesilapan.
8. Saya mudah menyesuaikan diri dengan orang lain.
9. Saya rasa saya bertanggungjawab terhadap hidup saya.
10. Saya mempunyai matlamat tertentu dalam hidup.
11. Saya berbangga dengan pencapaian saya.
12. Saya boleh membuat keputusan dan tetap dengan
keputusan tersebut.
13. Saya gemar menyatakan pendapat saya.
14. Saya sudi menerima kritikan yang membina.
15. Saya sudi menerima tugas yang mencabar.
16. Saya boleh berbual dengan orang asing.

17. Saya melakukan apa yang saya anggap betul walaupun orang lain tidak menyetujuinya.
18. Saya boleh memberitahu orang lain mengenai kekuatan diri saya.
19. Saya boleh meluahkan perasaan dan pengakuan sebenar saya.
20. Secara keseluruhan, saya berpuashati dengan diri saya.

NOTA: Sekiranya kebanyakan jawapan anda BETUL,
anda mempunyai harga diri yang tinggi.

CONTINUE...